ESSAI

N° 107.

SUR

LES EFFETS ET L'USAGE DE LA DIÈTE,

OU ABSTINENCE DES ALIMENS EN MÉDECINE ;

THÈSE

Présentée et soutenue à la Faculté de Médecine de Paris, le 30 juin 1826, pour obtenir le grade de Docteur en médecine ;

PAR ALEXANDRE-NICOLAS HUET, de Senlis,

Département de l'Oise,

Bachelier-ès-lettres ; Chirurgien Aide-Major au trente-deuxième régiment d'infanterie de ligne.

Quò simplicius, eò tutius, ergo eò melius.
SYDENHAM, *Tractatus de Podagrâ.*

A PARIS,

DE L'IMPRIMERIE DE DIDOT LE JEUNE,

Imprimeur de la Faculté de Médecine, rue des Maçons-Sorbonne, n.° 13.

1826.

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

Professeurs.

M. LANDRÉ-BEAUVAIS, Doyen.	Messieurs
Anatomie	CRUVEILHIER.
Physiologie	DUMÉRIL, *Suppléant.*
Chimie médicale	ORFILA, *Président.*
Physique médicale	PELLETAN fils, *Examinateur.*
Histoire naturelle médicale	CLARION.
Pharmacologie	GUILBERT, *Examinateur.*
Hygiène	BERTIN
Pathologie chirurgicale	MARJOLIN. / ROUX.
Pathologie médicale	FIZEAU. / FOUQUIER.
Opérations et appareils	RICHERAND.
Thérapeutique et matière medicale	ALIBERT.
Médecine légale	ADELON.
Accouchemens, maladies des femmes en couches et des enfans nouveau-nés	DÉSORMEAUX.
Clinique médicale	CAYOL. / LAENNEC. / LANDRÉ-BEAUVAIS. / RÉCAMIER.
Clinique chirurgicale	BOUGON. / BOYER. / DUPUYTREN.
Clinique d'accouchemens	DENEUX, *Examinateur.*

Professeurs honoraires.

MM. CHAUSSIER, DE JUSSIEU, DES GENETTES, DEYEUX, DUBOIS, LALLEMENT LEROUX, MOREAU, PELLETAN père, PINEL VAUQUELIN.

Agrégés en exercice

Messieurs	Messieurs
Arvers.	Maisonnab.
Breschet.	Moreau, *Suppléant.*
Capuron.	Murat.
Chomel.	Parent du Chatelet.
Cloquet aîné.	Pavet de Courteille, *Examinateur.*
Coutanceau.	Ratheau, *Examinateur.*
De Lens.	Richard.
Gaultier de Claubryn.	Rullier.
Gérardin.	Ségalas.
Guersent.	Serres.
Jadioux.	Thévenot.
Kergaradec.	

Par délibération du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui sont présentées doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, et qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.

A MA SOEUR,

MA PREMIÈRE ET MEILLEURE AMIE.

Comme gage de l'attachement le plus sincère et le plus durable.

A SON MARI,

MONSIEUR MACAIRE.

En reconnaissance de l'amour qu'il lui témoigne, et du bonheur domestique dont elle jouit.

A. N. HUET.

ESSAI

SUR

LES EFFETS ET L'USAGE DE LA DIÈTE,

OU ABSTINENCE DES ALIMENS EN MÉDECINE.

Considérations générales.

Le mot *diète*, *diœta*, en grec δίαιτα, du verbe διαιτάω, *je prescris*, *je fais suivre un régime*, a été singulièrement détourné de sa signification primitive. Anciennement il s'appliquait à tout traitement dont les moyens étaient pris parmi les différentes espèces d'agens naturels, les médicamens excepté : aujourd'hui il est réservé pour celui dont un genre de nourriture fait la base, et dans ce cas, ce genre en est désigné par un adjectif qui lui est ajouté : c'est ainsi que l'on appelle *diète végétale*, *animale*, etc., l'usage exclusif d'alimens tirés des règnes végétal, animal, etc. Pour compenser en quelque sorte la restriction qu'on lui a imposée, par extension et abus de mots, l'usage l'a consacré encore à exprimer la privation plus ou moins absolue des alimens. Le sens qu'on lui donne dans ce cas est celui qui s'éloigne le plus de son origine étymologique ; il est pour-

tant celui suivant lequel il est le plus communément usité maintenant.

C'est aussi celui que j'adopterai, et suivant lequel je me propose d'examiner dans cette thèse les effets et l'usage de la diète en médecine.

La diète, ou abstinence partielle ou totale des alimens, est d'une application extrêmement étendue. Du domaine de l'hygiène comme de celui de la thérapeutique, n'est-elle pas, en effet, le moyen le plus naturel que l'homme ait à sa disposition pour conserver sa santé; le plus efficace, le plus héroïque dont le médecin puisse se servir pour guérir les maladies? Indépendante de toute espèce d'opinion, soustraite à l'influence de toute espèce de théorie, la diète seule a réuni les suffrages de tous les siècles, seule, elle a soutenu avec succès l'épreuve délicate de l'expérience.

Les médecins de tous les temps en ont fait le plus grand éloge. *Hippocrate* en faisait la base de sa thérapeutique. Son traité du régime et un grand nombre d'aphorismes sont destinés à déterminer les règles suivant lesquelles on doit l'employer. *Galien*, *Celse*, *Sydenham*, etc., se sont efforcés dans leurs ouvrages de faire revivre les préceptes du père de la médecine. Et si, dès ce temps, malgré le vague qui régnait dans les théories médicales, l'observation seule a suffi pour faire sentir les avantages de la diète, combien les progrès successifs de la science, en donnant des idées plus exactes sur la nature, les causes et le siége des maladies, n'ont-ils pas dû ajouter à son importance? Combien, de nos jours surtout, son usage ne doit-il pas devenir universel, si, par suite des travaux des physiologistes modernes, de ceux de M. le professeur *Broussais* et de son école, il est démontré que les sympathies les plus étroites unissent les organes gastriques à tous les autres organes; s'il est reconnu que l'estomac, en particulier, est tellement modifié par ces sympathies, qu'il reçoit et réfléchit toutes les impressions de plaisir et de souffrance ressenties dans toute l'économie; si l'on admet enfin que ce viscère susceptible d'être affecté consécutivement aux autres, est encore ce-

lui qui, par la nature de ses fonctions, est le plus exposé à l'action des causes idiopathiques ou directes ?

Porté au choix de ce sujet de thèse par une sorte de prédilection, je l'aurais abandonné cependant, effrayé par son importance et par l'étendue des considérations qu'il embrasse, si, en donnant le simple titre d'essai à cette dissertation, je n'eusse trouvé le moyen d'annoncer que, reconnaissant moi-même mon insuffisance à le traiter d'une manière complète, j'avais l'intention de ne me borner qu'à des généralités.

Ce travail sera divisé en deux parties : la première parlera des effets ; la seconde, de l'usage de la diète.

PREMIÈRE PARTIE.

Des effets de la diète.

L'abstinence désignée sous le nom de *diète* n'est jamais absolue, en ce sens qu'on ne prétend exprimer par elle que la privation des alimens, qu'en conséquence elle n'exclut en aucune façon l'emploi des médicamens ; que de plus, même, elle suppose toujours l'usage de boissons plus ou moins abondantes, et chargées généralement de plus ou moins de principes nutritifs. Ces boissons, à mon avis, doivent faire partie d'autant plus essentielle de la diète médicale, que la plupart des effets heureux de celle-ci leur doivent être attribués.

C'est donc de cette espèce de diète que l'on peut nommer *aqueuse*, que je vais m'occuper. Je la considèrerai dans ses effets locaux ou son action immédiate sur l'estomac et le tube intestinal, et dans ses effets généraux ou son action sur toute l'économie.

Effets locaux.

Si la diète est sévère, l'estomac dans lequel de nouveaux alimens ne sont plus introduits, se vide. Les tisanes employées simultanément étanchent la soif, calment l'ardeur des parties avec lesquelles elles sont en contact; elles ont un effet d'autant plus favorable dans les cas d'irritations gastro-intestinales, qu'elles agissent alors comme de véritables topiques intérieurs. Aussi, lorsque la gastrite est tellement intense que l'estomac vomit même les liquides les plus doux, jusqu'à ce que l'on soit parvenu à modérer cette excessive sensibilité, on se trouve privé du plus puissant auxiliaire de la diète. Les boissons jouissent de plus de l'avantage inappréciable de dissoudre et entraîner avec elles les fluides gastriques, biliaires et pancréatiques, et de les éloigner du lieu qui, pour l'ordinaire, est le premier théâtre des maladies. Sous leur influence encore, les débris des digestions précédentes parcourent insensiblement les petits et gros intestins; et si, au début de toutes les affections où il existe constipation, l'on a eu l'attention de faire prendre des lavemens, en quelques jours on obtient l'évacuation complète des matières excrémentitielles, et le libre écoulement des diverses sécrétions versées dans le tube intestinal. Ce résultat si désirable délivre la muqueuse gastro-intestinale du contact de corps qui, par leur séjour, n'étaient propres qu'à faire naître ou accroître son irritation, et par conséquent entraver la marche régulière de la maladie.

Rien n'est plus utile pour l'action des médicamens que l'on croit devoir employer, et pour l'appréciation de leurs effets, que cet état de vacuité des cavités digestives; mais aussi rien ne doit rendre plus circonspect sur l'administration des vomitifs, toniques, etc.

La diète, même dans l'état de santé, exalte la sensibilité de l'estomac, et le rend tellement impressionnable aux stimulans les plus légers, que l'on concevra sans peine combien il est nécessaire, dans celui de maladie, de s'assurer de son véritable état avant de se déterminer à y introduire de telles substances.

Cet effet de la diète avait fait penser qu'elle pouvait être elle-même cause de gastrite. Si l'on ne confond pas l'abstinence absolue des solides et des liquides avec la diète médicale, qui comporte l'usage des boissons douces et mucilagineuses, je suis porté à croire que cette opinion est une erreur. Il me semble qu'elle doit avoir sa source dans le grand nombre d'irritations gastriques qui ont pour causes, et sont entretenues par des excès journaliers, et dont les symptômes modérés, et masqués en quelque sorte par l'habitude, ne deviennent évidens que lors de lacessation de ces mêmes excès.

Les effets locaux d'une diète modérée, c'est-à-dire de celle où l'abstinence n'est pas entière, sont encore, sous certains rapports, intéressans à être notés. Si l'estomac est simplement fatigué par des digestions laborieuses, la quantité de la nourriture étant diminuée, sa charge en sera moindre, ses fonctions s'exécuteront plus facilement, les digestions seront plus complètes et plus promptes. Est-il irrité à un degré léger, il sera guéri dans un temps d'autant plus court, que la diète aura été plus absolue. N'est-ce pas encore par l'usage d'un régime adoucissant, et prolongé souvent d'une manière indéfinie, que quelquefois on parvient à éteindre les phlegmasies chroniques de cet organe?

Effets généraux.

Le sang est le réservoir commun de tous les élémens de nos fluides et de nos solides. Source des uns et des autres, il est en effet appelé à fournir, et les sucs destinés à la composition et recomposition intime de nos organes, et les matériaux des diverses sécrétions et exhalations. Une partie de ces derniers est reportée par la

voie des absorbans et des vaisseaux lymphatiques, dans le torrent de la circulation ; mais l'autre, composée d'une grande quantité de parties aqueuses et de celles des molécules organiques qui, par le degré d'animalisation auquel elles sont arrivées, ne sont plus en rapport avec la vie, est définitivement expulsée hors de l'économie. Le sang éprouve donc une perte dans ses élémens fluides et solides ; or, n'ayant d'autres moyens de réparation que les produits de la digestion, si l'on ne soumet à l'action de celle-ci que des liquides, très-peu ou point chargés de principes nutritifs, il s'en suivra qu'il ne sera réparé que dans l'une de ses parties constituantes. Tel est le premier effet général de la diète. Presque tous les phénomènes qui sont consécutifs sont dus à cette modification que le sang éprouve dans sa composition. Je vais tâcher de les exposer avec ordre.

Sous l'influence de la diète, le sang devient plus fluide, sa répartition dans les vaisseaux plus égale; le cœur moins stimulé se contracte avec moins de violence, l'impulsion du sang artériel en est diminuée, les oscillations des vaisseaux capillaires sont moins vives, leur activité vitale est ralentie, les irritations et les congestions dont ils sont le siége tendent à se dissiper. La respiration se fait d'une manière plus lente, l'acte chimique auquel préside cette fonction perd de son activité, dans un temps donné une quantité moindre d'oxigène est absorbée, la chaleur animale est modérée : enfin, les sécrétions et la perspiration cutanée sont diminuées; l'action des absorbans, au contraire, est augmentée.

Ce dernier fait est prouvé, et par l'opiniâtreté avec laquelle le sang se régénère en quelque sorte dans certaines constitutions inflammatoires, malgré les évacuations les plus abondantes, les plus répétées, et malgré l'abstinence la plus sévère; et par le long espace de temps qu'ont pu rester quelques malades sans prendre de nourriture. Il est indubitable que, dans ces circonstances, les molécules graisseuses et lymphatiques sont portées par la voie des absorbans dans les vaisseaux sanguins, où, par l'effet d'une action chimico-vitale, elles sont assimilées au sang.

Cette activité de l'absorption est une conséquence du besoin que ce fluide éprouve d'une réparation substantielle. Elle rend raison de la diminution du poids réel du corps, de l'amaigrissement, de l'atrophie générale de tous les organes qui sont la suite d'une diète prolongée. C'est par elle que des engorgemens glandulaires considérables, que des squirrhes, que des tumeurs de toutes les espèces diminuent de volume, et finissent quelquefois par se résoudre entièrement. C'est donc d'elle que l'abstinence tient ses effets avantageux dans les maladies chroniques; lesquelles, le plus souvent identifiées avec la constitution actuelle des organes, ne peuvent être guéries que par une sorte de rénovation. D'autre part aussi, cette faculté absorbante est défavorable aux gens puissans. Par elle, leurs maladies inflammatoires sont, toutes choses égales d'ailleurs, plus dangereuses, plus longues et plus difficiles à guérir.

Pour compléter l'histoire des effets généraux de la diète, j'ajouterai que, lorsqu'elle n'est que partielle, il en résulte que la nutrition, la circulation, toutes les fonctions enfin s'exécutent d'une manière plus facile et plus régulière; que l'économie entière en ressent un bien-être inexprimable; que les facultés intellectuelles sont plus libres, le jugement, la mémoire plus sains, les affections morales plus gaies et plus douces.

DEUXIÈME PARTIE.

De l'usage de la diète.

En se représentant les effets primitifs et consécutifs produits sur tout l'organisme par l'usage de la diète, il est facile de juger des cas où il sera utile, nécessaire et indispensable de l'employer. La diète est une médication essentiellement débilitante; elle agit localement sur les voies digestives, comme émollient; elle modère l'activité de la circulation, diminue les propriétés irritantes du sang; elle force les absorbans à puiser dans le sein même de nos organes les élémens réparateurs que l'alimentation ne fournit plus, ou ne fournit que dans une quantité insuffisante. Elle sera donc utile lorsqu'on aura pour but de neutraliser les dispositions aux affections inflammatoires, soit des viscères gastriques, soit de tous les autres systèmes; nécessaire et indispensable, lorsqu'il s'agira de guérir ces mêmes affections développées, ou lorsque l'on voudra obtenir le retour à leur état normal des tissus dont l'organisation ou les fonctions auront été altérées par de longues maladies.

Je traiterai successivement, dans trois différens articles, de l'usage de la diète dans l'état de santé, dans les maladies aiguës, dans les maladies chroniques.

Usage de la diète dans l'état de santé.

Les hommes naissent tous avec une prédominence plus ou moins marquée, une irritabilité plus ou moins grande de certains organes, et cette espèce de vice originel qui constitue le tempérament, est déjà pour eux, dès leur entrée dans la vie, une prédisposition à certaines maladies, une prédisposition à certaines irritations. Si l'on considère qu'à celles-ci, qui sont fondamentales, on doit ajouter toutes celles qui peuvent tenir à l'âge et au sexe, toutes celles que l'on peut acquérir par l'influence qu'exercent les climats, les saisons, les professions, les habitudes et les passions, on conviendra que la santé, sans cesse menacée par ces prédispositions, ne peut être conservée qu'autant que, par des moyens aussi puissans qu'elles, on parvient à les contenir dans de justes bornes.

De tous ceux indiqués pour obtenir ce résultat, celui dont on doit espérer le plus d'avantages, celui qui est le mieux approprié à toutes les prédispositions, à tous les temps, à toutes les circonstances, c'est assurément l'emploi raisonné des alimens. C'est, en effet, par l'observation exacte des lois sévères de la tempérance ; c'est par l'usage d'un régime constamment proportionné à l'irritabilité des organes que l'on veut combattre, que l'on peut seulement se flatter de vaincre cette vicieuse tendance vers la maladie. Pourquoi faut-il que ce soit de l'exécution de ces règles, desquelles la santé dépend si essentiellement, dont justement on s'occupe le moins ?

M. *Broussais* dit, prop. 296, Examen des Doctrines médicales : « L'estomac a besoin d'être stimulé, afin d'entretenir par les sympathies qu'il réveille, le degré d'irritation nécessaire à l'exercice « des fonctions ; mais il doit l'être dans un degré et dans un mode « qui conviennent à sa vitalité, car il est le sens interne régulateur de « l'économie. » Toutes fois donc que la stimulation alimentaire sera en deçà ou au delà du degré convenable à la vitalité de l'estomac, ce

viscère et ses dépendances seront surexcités ou troublés dans leurs fonctions. Ces effets seront réfléchis sur tous les autres organes, mais particulièrement sur ceux déjà sujets de prédispositions irritables. Or, rien n'est plus commun que les erreurs commises dans le choix des alimens, tant sur leur quantité que sur leurs qualités ; rien ne doit être plus fréquent que l'occasion d'employer la diète pour remédier aux conséquences qu'elles peuvent avoir

Il est impossible de fixer avec précision la quantité de nourriture dont il faille justement faire usage pour déterminer un dérangement dans les fonctions ; il serait plus facile peut-être de connaître celle qui est nécessaire à l'entretien de la vie. Celui qui, toutes choses égales d'ailleurs, s'éloignerait le moins de cettequantité trouvée, serait aussi celui qui jouirait de la meilleure santé. Sans vouloir m'appuyer des exemples d'abstinence extraordinaire dont fourmillent les auteurs, et qui sortent de la règle commune, il est sûr cependant que l'on peut vivre avec une très-petite quantité d'alimens, et que, si l'on rencontre quelques cas de longévité, c'est ordinairement parmi les individus qui ont été d'une grande sobriété. Tout le monde connaît l'histoire de ce noble vénitien Cornaro, qui s'est rendu célèbre par la constance avec laquelle il observa, pendant les soixante dernières années de sa vie, le régime auquel il s'était astreint. Il ne prenait que douze onces de nourriture solide et treize de vin. A quarante ans, il s'était condamné à cette espèce de diète pour rétablir sa santé fortement altérée par les excès auxquels il s'était livré jusqu'alors : à l'âge de cent ans, il jouissait encore de l'intégrité parfaite de toutes ses facultés physiques et morales. Combien ne sommes-nous pas éloignés de ce modèle !

Tous les hommes en général mangent beaucoup plus qu'ils ne le devraient. Il en résulte, d'un côté, que, par l'exercice forcé qu'ils font de leurs organes gastriques, ils créent ou augmentent la susceptibilité de ceux-ci à être atteints de tous les genres d'irritations ; que, de l'autre, par l'introduction, dans l'économie, de principes nutritifs superflus, ils se prédisposent à toutes les maladies qui peuvent naître de la plé-

thore sanguine. Un certain nombre, bien plus insensés, font un tel abus des alimens, qu'ils les convertissent en de véritables poisons. Celui-ci, entraîné par la gourmandise, engloutit dans son estomac toutes sortes de mets succulens, excitans ou indigestes ; il le remplit outre mesure, sans s'inquiéter de savoir si ses forces digestives seront en rapport avec ce qu'il y dépose. Il ne se doute pas, ou du moins il oublie que la nutrition ne se fait pas en raison de la bonne qualité ou de la quantité des alimens dont on use, mais bien en raison du bon état des organes digestifs qui les reçoivent ; et, que, pour conserver le bon état de ceux-ci, il ne faut soumettre à leur travail que ce qu'ils peuvent élaborer sans fatigue. Cet autre, trompé par la vigueur factice, séduit par la gaîté et l'espèce d'exaltation de toutes les facultés qui suivent momentanément l'usage des boissons fermentées. des vins forts, des spiritueux, ne craint pas de mettre le viscère le plus irritable en contact avec des liqueurs aussi irritantes. La chaleur et l'ardeur que leur présence détermine dans l'estomac, bienpropres cependant à lui faire sentir son imprudence, ne sont pour lui qu'un motif de plus de jouissance.

Tous ces excès sont souvent punis immédiatement par des indigestions, des vomissemens, des diarrhées. Lorsqu'ils ne sont pas assez violens pour provoquer ces accidens ou quelque maladie aiguë, ils sont pour le moins suivis le lendemain de la diminution de l'appétit, de l'altération de la couleur et du mucus de la langue, indices certains du début d'un embarras ou irritation gastrique. Si, ne tenant pas compte de cet avertissement de la nature, le genre de vie n'est pas changé ; si par la diète on ne laisse pas le temps à l'estomac de se remettre parfaitement de la fatigue, de l'irritation qu'il a dû éprouver, on s'expose à toutes sortes de maux. Il n'est pas une maladie, pas un vice dont ces excès ne puissent être la source. Les malheureux qui y sont livrés sont destinés à traîner une existence devenue à charge par une vieillesse anticipée, des infirmités sans nombre et une dégradation morale affligeante. Heureux ceux chez lesquels ils donnent lieu, à temps encore, à quelque affection assez grave, assez évidem-

ment en rapport avec sa cause pour dessiller leurs yeux, et leur faire apercevoir l'abîme dans lequel ils se plongeaient.

Les dangers attachés à l'abus du régime ne sont pas absolus. En rapport direct avec les différens degrés d'irritabilité de l'estomac, comme eux ils sont relatifs aux âges, aux tempéramens, etc.

Hippocrate a consacré en principe dans un de ses aphorismes, que la diète était d'autant moins facilement supportée que l'individu était plus jeune. Serait-ce à cet axiôme, plein de vérité d'ailleurs, que tiendrait l'habitude contractée généralement de nourrir beaucoup trop les enfans? Les maladies dont un si grand nombre d'entre eux sont victimes, ne doivent-elles pas être attribuées en partie à cette surabondance d'alimens dont on les gorge? A peine ont-ils abandonné le sein de leurs nourrices, qu'on leur donne les substances les plus nutritives et les plus excitantes, sous le vain prétexte qu'ils en ont besoin pour grandir et prendre des forces. De cette manière on détermine la naissance d'irritations gastro-intestinales qui se compliquent si souvent, chez eux, de l'engorgement des glandes abdominales, connu sous le nom de *carreau*. L'enfant a un estomac plein de vitalité; ses digestions sont promptes; pour croître il a besoin d'une réparation continuelle; on doit donc lui donner à manger souvent, mais que ce soit peu à la fois. Que surtout les alimens dont il use ne s'éloignent insensiblement des qualités du lait qu'à mesure qu'il avancera en âge; que cette progression, croissant dans la quantité et les qualités stimulantes de la nourriture, soit rigoureusement observée jusqu'au moment où ses organes auront acquis leur parfait développement. Ce n'est qu'alors seulement, qu'étant devenu homme, et jouissant de la plénitude de ses forces, il pourra suivre le précepte qui permet *d'user de tout*, sous la condition cependant de *n'abuser de rien*.

Parvenu à la fin de la virilité, l'homme qui voudra se préparer une vieillesse exempte d'infirmités, reportera de nouveau son attention sur son régime, avec d'autant plus de sévérité que sa vie antérieure aura été moins uniforme. Il diminuera graduellement la

quantité de ses alimens ; il les choisira parmi ceux faciles à digérer, mais chargés pourtant de matières alibiles. C'est ainsi qu'il évitera le besoin de se servir de grains de santé, d'élixirs de longue vie, etc., si souvent employés pour réparer les désordres des fonctions digestives, et qui si souvent ne servent qu'à les entretenir. Le vin pourra lui être utile à cet âge, mais l'usage en devra être bien modéré, surtout s'il est atteint d'hémorrhoïdes, de goutte, ou s'il a des dispositions à l'apoplexie. La privation de cette liqueur lui sera d'un secours plus efficace que les saignées et applications de sangsues de précaution.

Les femmes étant d'une constitution plus faible, d'une irritabilité plus grande, doivent dans toutes les circonstances égales d'ailleurs, user d'une alimentation moins substantielle et moins stimulante que l'homme. De plus, il est chez elles certaines époques de leur vie, telles que celles de la menstruation, celles de la gestation, pendant lesquelles leur régime doit être plus sévère et parce que dans ces circonstances leur estomac est plus irritable, et parce que son irritation réfléchie sur l'utérus pourrait être d'autant plus nuisible que celui-ci est déjà le siége d'une congestion. Avec cette attention, elles préviendraient, peut-être, bien des suppressions de règles, bien des avortemens, des fausses couches, et par suite la naissance de beaucoup de squirrhes à la matrice. Elles doivent pareillement éviter toute imprudence dans leur régime pendant le temps de l'allaitement.

L'alimentation, convenable à l'entretien de la santé, varie beaucoup suivant les différens tempéramens.

Ceux qui sont doués du tempérament sanguin auquel se rapporte le musculaire, et dont les organes respiratoires sont pleinement développés, sont le plus heureusement constitués. La sensibilité de leur estomac est modérée s'ils ne l'exaltent pas par des excès. La force de leurs organes les rend très-propres à résister aux influences pernicieuses, mais malheureusement elle leur donne une trop grande confiance. Portés par leurs goûts vers tous les genres d'abus, loin de corriger par le régime la prédisposition que la vigueur avec laquelle

s'exécute l'hématose leur donne aux affections inflammatoires, ils font tout ce qu'ils doivent pour l'augmenter.

Le tempérament bilieux prédispose aux maladies des voies gastriques, plus irritables que celles du tempérament sanguin. La diète et le régime doivent être souvent employés pour modérer la susceptibilité de la membrane muqueuse gastro-intestinale, et pour combattre sa disposition à être atteinte d'irritations aiguës et chroniques. Ces dernières sont surtout à craindre; elles peuvent modifier ce tempérament au point de lui faire prendre les caractères de celui que l'on appelait autrefois mélancolique.

Le tempérament lymphatique est celui de tous qui permette et exige quelquefois le plus l'usage d'alimens stimulans. La vitalité engourdie de l'estomac a souvent besoin d'être réveillée, mais encore faut-il faire un bon choix dans les moyens d'obtenir cet effet. La stimulation ne doit jamais avoir lieu par la quantité, mais bien par la qualité des alimens. Les excès dans ce tempérament ont peut-être plus d'inconvéniens, en ce que, les dérangemens de santé qu'ils provoquent sont plus difficilement curables. En cas d'indisposition ou de maladie, la diète y est aussi avantageuse que dans les autres tempéramens.

Il n'en est point où il soit plus difficile de prévoir les effets que doivent produire l'abus du régime alimentaire, que dans le nerveux. La sensibilité de l'estomac est extrême, mais en même temps elle est d'un caprice, pour ainsi dire, dont rien n'approche. Les individus possesseurs de ce tempérament sont sous la dépendance immédiate de leurs affections morales, et des variations atmosphériques; ils souffrent quelquefois, sans en être dérangés, d'assez fortes stimulations, d'autres fois ils n'en supportent pas les plus légères. Ils doivent sans cesse s'étudier, et observer une tempérance soutenue, afin de ne point favoriser, par leur imprudence, la naissance d'irritations gastriques, céphaliques et pulmonaires auxquelles ils sont naturellement prédisposés.

Les climats, les saisons, les professions, les passions et les habitudes doivent encore modifier le régime. Lorsque la tem-

pérature est froide, l'estomac, moins irritable, supporte une nourriture plus excitante; lorsqu'elle est chaude, au contraire, on doit user des stimulans avec une très-grande réserve. L'alimentation doit être en rapport avec la profession; plus celle-ci exercera les organes musculaires, plus elle devra être substantielle. Les sympathies étroites qui unissent l'estomac au cerveau rendent raison de la grande influence que les passions exercent sur les fonctions digestives. Il suffit de savoir qu'un grand nombre de gastro-entérites aiguës et chroniques n'ont d'autres causes que des affections morales tristes, pour concevoir la nécessité de diminuer de beaucoup son régime lorsque l'on est tourmenté par un violent chagrin, par la haine, l'envie, la jalousie, etc. Les alimens pris après un accès de colère sont très-dangereux; il faut attendre pour manger que le calme soit parfaitement rétabli. Enfin, les habitudes rendent les excès moins nuisibles. Ceci pourtant, le plus souvent, n'est qu'en apparence; les ravages, quoique sourds, n'en sont pas moins réels.

Avoir détaillé l'espèce de régime alimentaire propre aux différens degrés d'irritabilité de l'estomac, propre aux différentes circonstances de la vie; avoir fait connaître les suites fâcheuses qui peuvent résulter des excès relatifs à chacun de ces régimes, c'est avoir indiqué, je pense, les cas où la diète, dans l'état de santé, doit devenir utile pour prévenir les affections que la continuation de ces excès ne manquerait pas d'avoir. Il est d'autres cas où l'usage de la diète est indiqué d'une manière plus urgente, c'est quand un ou plusieurs des symptômes suivans annoncent que la santé est déjà altérée, que l'état de maladie est imminent; tels sont, bouche amère ou pâteuse, langue sale, des rapports pendant la digestion, pesanteur d'estomac, des vents, la constipation, la céphalalgie, des lassitudes dans les membres, l'agitation du sommeil, le cauchemar, des boutons, des dartres au visage, etc.

Usage de la diète dans les maladies aiguës.

Lorsqu'on se propose de traiter une maladie quelconque, il faut d'abord avant toutes choses, 1.° écarter les causes qui l'ont produite ou l'entretiennent, 2.° condamner l'organe malade au repos. L'abstinence satisfera à cette double condition dans toutes les affections qui seront dues à l'abus du régime alimentaire, et dans toutes celles où les organes digestifs seront lésés. Or, si d'une part il est reconnu pour constant que beaucoup de maladies doivent être attribuées communément à l'oubli des règles de la tempérance, ou du moins au défaut de convenance entre la qualité et la quantité de la nourriture, et la disposition de l'estomac : et si d'autre part le raisonnement et l'observation prouvent que ce dernier viscère est un des points de réflexion auquel viennent se rendre de nombreuses irradiations sympathiques, qui le font participer à la souffrance de toutes les autres parties ; et qu'en conséquence, l'une de ces parties ne peut être affectée d'une manière un peu intense que consécutivement il ne le soit également, on peut dire avec raison que l'usage de la diète est nécessaire dans presque toutes les maladies. En effet, il n'en est pas une, peut être, même des plus légères où l'abstinence plus ou moins sévère ne puisse être pour le moins utile ; mais c'est principalement dans celles qui sont aiguës qu'elle est rigoureusement indispensable.

La diète propre à remplir cette première indication dans toutes nos affections, suffit seule, dans beaucoup, pour remplir la deuxième, je veux dire favoriser le retour à l'état normal des parties et des fonctions altérées. Les anciens connaissaient peu les médicamens; leurs principales ressources, dans la pratique de la médecine étaient tirées de la diététique. D'après *Hippocrate*, la nature est le meilleur agent de guérison dans les maladies : *Natura est morborum medicatrix*. Les pythagoriciens n'employaient les médicamens qu'extérieurement; ils opéraient des cures miraculeuses.

Sydenham attribuait les maladies les plus graves à des remèdes donnés à contre-temps. Enfin beaucoup de médecins ont avancé que toutes les affections aiguës pouvaient être guéries avec la diète et les boissons Il est sûr, dans tous les cas, que la diète, employée seule, obtient journellement des succès incontestables; que, de plus, les autres moyens thérapeutiques, les évacuations sanguines par exemple, ne pouvant se passer de son secours, lorsqu'on les lui adjoint elle peut encore avec justice revendiquer une partie des heureux résultats obtenus, tandis qu'au contraire ceux funestes ne peuvent lui être attribués.

Cette espèce de médication négative n'est point d'un effet brillant. Elle réduit le rôle du médecin presque à celui de simple spectateur, et laisse une trop grande part à la nature dans la guérison des maladies. Elle ne séduit point, elle ne capte pas la confiance du malade, qui, impatienté de souffrir, veut trouver à toute force un moyen plus prompt de soulagement, et n'espère le rencontrer que dans les médicamens composés. C'est à cette erreur, à ce préjugé populaire, auquel le praticien est encore souvent obligé de sacrifier, que sont dues sans doute les formules compliquées qui remplissent tant de codex. Espérons que de jour en jour on reconnaîtra le charlatanisme ou l'inutilité de la plupart d'entr'elles.

Le domaine des maladies aiguës se compose de toutes les irritations aiguës, quelles que soient les parties qu'elles affectent, quelles que soient les causes auxquelles elles doivent leur naissance. Les lésions dites *physiques* y sont donc aussi comprises.

Toutes les irritations n'entraînent pas le même degré de danger, toutes n'exigent pas une diète également sévère, également prolongée. Il est impossible d'entrer ici dans des détails particuliers à tous les cas. Il suffira de dire que plus l'organe enflammé sera important à la vie, plus des relations sympathiques seront nombreuses; plus l'irritation sera étendue, sa marche rapide; plus le sujet sera jeune, vigoureux, irritable; plus le climat sera chaud : et plus l'abtinence devra être absolue. Plus la maladie sera ancienne, plus la gravité

des symptômes persistera ; plus elle devra être prolongée. Il faut, en effet, qu'elle soit continuée jusqu'à l'entière extinction de l'inflammation ; mais elle doit cependant éprouver des modifications suivant les périodes des maladies.

Le début de toutes les maladies est annoncé, le plus généralement, par la perte de l'appétit. Ce phénomène, qui est une conséquence et une preuve de l'affection essentielle ou sympathique de l'estomac, n'est point équivoque ; l'inspiration de la nature est évidente : il faut au moins diminuer de beaucoup la quantité de la nourriture habituelle. Peut-être vaudrait-il mieux, dès ce moment, supprimer entièrement tous les alimens solides : on obtiendrait le triple avantage de ne point augmenter, par une alimentation hors de propos, l'intensité de la maladie qui se déclare ; de faire avorter celles d'entre elles qui sont légères ; enfin, d'abréger la durée de celles qui doivent être graves. Mais la plupart des hommes négligent ce premier signe, et ne réclament le secours de la médecine que lorsque des symptômes plus sensibles pour eux les ont convaincus de l'altération de leur santé. Les plus ordinaires sont : de la soif, un mal de tête, l'abattement physique et moral, une douleur locale, de la fièvre. Ceux-ci exigent de toute nécessité l'emploi rigoureux de la diète. Si dans ces circonstances les malades mangent, ils luttent contre leur répugnance. Il n'est pas toujours facile, dès le principe des maladies, de reconnaître quel est l'organe souffrant ; or, dans cette incertitude, la diète est le moyen qui pare à tout ; elle permet d'attendre, sans crainte, que l'on puisse établir un diagnostic plus sûr.

Elle sera continuée pendant l'état et la vigueur de la maladie, et sera même encore plus sévère, s'il est possible. Les tisanes elles-mêmes contiendront très-peu de mucilage, surtout si la soif est inextinguible. Celle-ci est, en effet, l'indice le plus certain de la violence de l'inflammation. La langue, ce miroir de l'estomac dans les affections aiguës, est aussi un guide fidèle : tant qu'elle sera rouge, sèche, brune ou noire, les boissons devront être extrême-

ment légères. Ce n'est que lorsqu'elle deviendra humide, qu'elle se nettoiera, lorsque la soif sera moins vive, et que les mouvemens organiques auront diminué de vigueur, que l'on se permettra de donner quelque peu d'une décoction d'orge, d'avoine ou de gruau. Il ne faut point s'en laisser imposer par la faiblesse et les symptômes adynamiques, qui ne sont que l'effet de l'intensité de l'irritation, pour accorder plus de nourriture.

Quand la maladie arrivera à son déclin, lorsque les fonctions des organes reprendront leur régularité, et que l'irritation s'éteindra, il faudra encore se borner à l'usage de ces tisanes; seulement on leur donnera un peu plus de consistance. Il est impossible de faire comprendre aux gens du peuple, et quelquefois même aux gens du monde, que l'abstinence doit être prolongée au-delà du dégoût: rien n'est plus vrai, pourtant, qu'il soit nécessaire que la faim précède de quelques jours l'administration des alimens; encore faut-il étudier toujours avec soin l'effet qu'ils produisent sur les organes gastriques. On ne reviendra à une nourriture plus substantielle que d'une manière progressive, et d'autant plus circonspecte que la diète aura été plus absolue, observée plus long-temps, et que le sujet sera plus âgé ou d'une constitution plus faible. *Hippocrate* a remarqué que de l'oubli de ce précepte il résulte que l'on s'expose à augmenter les douleurs qui existent, ou à en faire naître là où il n'y en avait pas. Le plus grand nombre des rechutes n'a pas non plus d'autre cause que cette négligence; il est donc indispensable d'apporter l'attention la plus scrupuleuse dans la direction du régime des convalescens. Ceux dont la faim est insatiable mangeront souvent, mais peu à la fois. L'instant du jour que l'on choisira pour leur donner des alimens et leur faire prendre les repas les plus forts, sera toujours celui où l'exacerbation était moins forte pendant la maladie. Enfin, règle générale, une alimentation qui ne réparera pas, sera trop forte; il faudra se hâter de revenir au régime sévère.

L'âge, le sexe, le tempérament, etc., n'apportent de modifications dans l'usage de la diète qu'en raison de celles qu'ils font subir

aux maladies. Les irritations sont très-vives, mais de courte durée chez les enfans; elles abandonnent les organes, en quelque sorte, aussi brusquement qu'elles les ont envahis : la diète devra donc être très-sévère, mais elle n'aura pas besoin d'être prolongée long-temps. Chez les vieillards, au contraire, elles sont plus longues : la diète doit être prolongée davantage, d'autant plus qu'ils n'éprouvent point un besoin pressant de réparation. Il est des cas, pourtant, où, leurs voies digestives n'étant pas malades, on doit les nourrir le plus tôt possible, pour prévenir la chute rapide de leurs forces.

Il est quelques remarques à faire sur les irritations intermittentes. Celles qui ont un caractère aigu exigent l'abstinence complète, non-seulement pendant les accès, mais encore pendant l'apyrexie. Si la diète est observée scrupuleusement, généralement alors les accès décroissent successivement d'intensité et s'éteignent insensiblement. Dans les cas où l'on est obligé d'avoir recours à d'autres moyens, de même que dans les autres maladies aiguës, elle prépare leur réussite. Il faut avoir bien de la patience dans ces affections; car, pour que la diète soit d'un effet efficace, il faut qu'elle soit continuée bien au-delà des derniers accès. Lorsque l'irritation intermittente devient chronique, elle suit les règles applicables aux maladies de ce genre.

Beaucoup d'autres maladies qui n'ont pas la gravité de symptômes de celles dont je viens de parler, n'éprouvent pas un effet moins favorable de l'usage de la diète. De ce genre sont toutes les irritations qui ne sont pas assez intenses, relativement à la sensibilité des individus, pour provoquer le dérangement des fonctions digestives ou de celles de la circulation. Tels sont certains catarrhes pulmonaires, des angines, des ophtalmies, des urétrites, la siphilis, des névroses, des hémorrhagies, des plaies, des abcès, etc. Il est souvent difficile, dans ces sortes d'affections, de convaincre les malades de la nécessité d'une abstinence en rapport avec leur mal. S'ils n'en sont point incommodés au point d'interrompre leurs affaires ou leurs plaisirs, s'ils conservent ou à peu près leur appétit, ils font peu de cas des avis qu'on leur donne à ce sujet; leur indocilité, cependant, peut

avoir les résultats les plus fâcheux. Le moindre, certainement, est d'allonger de beaucoup le traitement de maladies qui quelquefois auraient cedé à peu de jours de diète; mais ce qu'ils doivent surtout redouter, c'est de voir leurs irritations se prolonger indéfiniment, suivre les variations de leur régime, s'amender par momens, reparaître dans d'autres, finir enfin par revêtir les caractères des phlegmasies chroniques.

Usage de la diète dans les maladies chroniques.

Les maladies ou phlegmasies chroniques sont, en effet, si non toujours les plus dangereuses, au moins les plus longues, les plus ennuyeuses de toutes les maladies dont on puisse être atteint. Par la manière insidieuse avec laquelle elles s'établissent, par l'obscurité de leurs symptômes, par la lenteur avec laquelle elles parcourent leurs périodes, et l'inutilité parfois du traitement le mieux entendu soit pour les diriger vers une terminaison heureuse, soit pour retarder leur issue funeste, elles font le désespoir du médecin et du malade.

Elles succèdent dans quelques circonstances, comme on vient de le voir, à celles des irritations aiguës, qui, vu leur peu de gravité, ont été négligées, et qui, par une suite d'exacerbations auxquelles elles ont été soumises, ont acquis une espèce de droit de domicile dans la partie qui en était le siége. D'autres fois elles sont la suite de celles qui, plus intenses, ont été modérées, mais pas entièrement éteintes par un traitement antiphlogistique incomplet. Il en est encore, enfin, qui naissent avec, et présentent dès leur début tous les caractères de la chronicité. On peut, de cette triple origine, juger et ne point s'étonner de la fréquence de ces affections. Elles sont, en effet, très-nombreuses; car, outre celles dont les symptômes sont évidens, combien n'en est-il pas de latentes, de méconnues, dont les phénomènes morbifiques ne se développent qu'à la longue, et dont les fâcheux résultats ne se font sentir dans l'économie que progressivement et long-temps après leur invasion.

Elles sont d'autant plus difficiles, d'autant plus longues à guérir, que leur commencement date d'une époque plus reculée. Ceci se conçoit facilement : comment serait-il possible de détruire en peu de jours les ravages qu'ont dû produire dans la composition intime des tissus un si long état d'irritation? C'est cependant dans l'espoir de trouver un moyen d'abréger leur traitement ou d'assurer leur guérison, que tant de recherches expérimentales ont été faites sur les vertus des médicamens. Sans nier le succès dont plusieurs de ces expériences ont été suivies, sans nier les avantages réels que l'on peut retirer de l'emploi de certains remèdes dans quelques-unes de ces affections, il est permis de dire avec *Sydenham*, que, dans les maladies de longue durée, les médicamens ne suffisent point, et que pour les guérir le régime est indispensable. *Hippocrate*, pour leur traitement, se contentait d'ajouter à la diète l'exercice, les bains et les frictions.

Les phlegmasies chroniques des voies digestives, et celles du poumon, doivent être traitées presque exclusivement par le régime. M. *Broussais* veut que la diète soit surtout sévère dans les irritations de l'organe de la respiration. Il dit que par elle seule il y a espoir de réussite tant qu'il n'y a pas de tubercules de formés ; que par elle seule encore, lorsqu'ils existent, on peut en retarder les progrès, et favoriser le dessèchement de ceux arrivés à suppuration. Il a expérimenté que dans bien des cas deux pintes de lait et quatre onces de pain suffisaient à la nourriture de ces malades. Dans les gastrites et gastro-entérites chroniques, il se borne à refuser tout médicament stimulant, et se contente de rafraîchir l'estomac par des boissons aqueuses prises d'heure en heure pendant et entre les digestions.

La diète, bien que ne devant pas être aussi sévère dans les phlegmasies chroniques que dans les maladies aiguës, le sera cependant toujours en raison de l'intensité de l'irritation. Autant que possible, on ne donnera de nourriture que ce qu'il en faudra pour soutenir son malade. De plus, on la choisira en rapport avec l'idiosyncrasie individuelle ; on la donnera aux heures convenables ; et on la parta-

gera de telle sorte, que divisée elle ne puisse nuire par le travail de la digestion qu'elle exigera. Dans d'autres circonstances on trompera l'estomac qui paraîtra demander des alimens, par des boissons mucilagineuses et amylacées. C'est particulièrement au commencement du traitement que l'on pourra se promettre des résultats avantageux de cette abstinence presque absolue. C'est ainsi, que sous l'influence d'une alimentation composée de gomme et de quelques décoctions de riz, de salep, l'économie entière se ressentira du peu de nourriture que recevront les voies digestives. Les propriétés vitales mal réparties sur l'organe souffrant, tendront continuellement à reprendre leur équilibre; elles cesseront de se porter vers leur centre accoutumé pour entretenir la vie dans les parties les plus éloignées. De là naîtront évidemment un mouvement plus régulier des fluides, un amendement notable dans les fonctions, et un retour progressif à la santé.

Cette terminaison heureuse, pour être obtenue, exigera souvent de la part du malade des mois entiers, des années de persévérance dans l'emploi d'une abstinence plus ou moins absolue. Il aura surtout toujours devant les yeux, que l'imprudence d'un moment peut reculer indéfiniment sa guérison: sa devise devra donc être *courage*, *résolution* et *constance*.

HIPPOCRATIS APHORISMI.

I.

Lassitudines spontè obortæ morbos denuntiant. *Sect.* 2, *aph.* 5.

II.

Quibus in febre ad dentes viscosa circumnascuntur, his febres fiunt vehementiores. *Sect.* 4, *aph.* 53.

III.

In febribus circà ventrem æstus vehemens, et oris ventriculi dolor, malum. *Ibid.*, *aph.* 65.

IV.

In febribus, ex somnis pavores, aut convulsiones, malum. *Ibid.*, *aph.* 67.

V.

Quibus autem urinæ divulsæ fiunt, iis vehemens est in corpore turbatio. *Sect.* 7, *aph.* 33.

VI.

Ex morbo diuturno alvi defluxus, malum. *Sect.* 8, *aph.* 9.